

La Feuille de Chou



Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Samedi dernier fut un jour pas comme les autres pour la chargée d'insertion que je suis. Tout a commencé en début de semaine dernière, lorsque Fred le gérant de Fraîcheur et Terroir à Challes les Eaux, un de nos partenaires commerciaux, a invité Terre Solidaire pour l'anniversaire du magasin et participer au stand de dégustation avec une soupe à l'oignon pour la clientèle du samedi matin. Nos fidèles administrateurs bénévoles n'étant pas disponibles ce jour-là, retenus pour la collecte de la banque alimentaire ou le marché de Montmélian, je propose à Véronique d'être présente à ses côtés pour cette animation à Fraîcheur et Terroir samedi matin. Merci Véronique de m'avoir suivie dans cette idée.... Rendez-vous fut pris pour le jour dit, chargées de 2 seaux de délicieuse soupe à l'oignon savamment préparée par Dominique (Merci à lui !) et des outils de communication. Quelle belle matinée !....



Un stand des divers producteurs et fournisseurs du magasin : les frites d'un producteur de pommes de terre d'Aiton, le velouté de butternut du maraîcher de Méry, la pierrade de bœuf de Thoiry, la plancha d'agneau de Saint-Pierre, le miel de St Jecire, le fromager de Puygros, un viticulteur, les diots et saucisses à cuire d'Aoste, le pain des Bauges, sans oublier le jus de pomme pressé sur place.

Que des bonnes choses, une matinée de dégustation mais surtout des rencontres et des échanges sincères avec les producteurs, clients et adhérents de Terre Solidaire qui se sont succédés sur le stand.

Un grand merci à vous tous pour vos encouragements et félicitations.

Une matinée riche et haute en couleur.

A refaire.

La soupe à l'oignon de Terre Solidaire



Votre panier

Pour un panier

Pensez à laver vos légumes à l'eau du robinet, avant de les consommer.

0.8 kg potimarron ou butternut
1.1 kg pommes de terre José
0.180 kg échalotes
0.5 kg carottes

Et selon dépôts : 0,5 navets ou 1 chou-fleurs, ou 0,5 fenouils

Fruits : pommes et poires

La Recette de la semaine

Velouté de pommes de terre, carottes et tomates

Ingrédients :

500 gr de pommes de terre
500 gr de carottes
3 tomates pelées
1 bouillon cube
Sel poivre
Eau

Epluchez vos pommes de terre et vos carottes.

Coupez-les en morceaux (en petits cubes pour que ça cuise plus vite) ainsi que vos tomates.

Faites bouillir de l'eau dans une casserole.

Ajoutez tous les ingrédients dans votre casserole et faites cuire une quinzaine de minutes à feu doux Pour savoir si vos légumes sont cuits, y planter un couteau. Mixez le tout.

Ajustez en fonction de votre goût si vous voulez une soupe moins épaisse en rajoutant de l'eau et pour plus de gourmandise ajoutez une cuillère de crème fraîche au moment de servir.



Prévisions légumes

Betterave
Courge
Céleris rave



Par ailleurs, lundi matin, retour à la vraie vie de chargée d'insertion. Nous avons accueilli Nicolas formateur pour la MSA sur la Santé et Sécurité au Travail (SST).



Bruno sécurise le blessé. →↑



Stéphane porte secours à son collègue. →↑

Le groupe avec Nicolas, formateur. →

Dominique en action. →↓



Ahmad, Stéphane, Bruno, Clémentine, Linda, Stefano, Nagan, Archam et Dominique ont suivi avec assiduité, investissement et intérêt cette formation intense de 14 heures, alternant théorie et pratique sur le terrain. Ainsi, chacun a donc les outils pour effectuer les bons gestes en cas d'incident ou d'accident. Toutefois, nous souhaitons qu'ils n'aient jamais à les utiliser.

La semaine prochaine ce sera une autre équipe de salariés qui suivra une formation d'une journée sur les bons gestes et postures en maraîchage.



Floriane, chargée d'insertion



Auvergne – Rhône-Alpes

